Nr. 20. Kraków 23 stycznia 1913 r. Bezpłatny dodatek do „NOWIN“. (Osobno sprzedawać nie wolno).

PRAKTYCZNA GOSPODYNI

wychodzi w każdy czwartek jako dodatek do „Nowin“

wraz z Biblioteką powieściową „NOWIN“
- Romans i powieść -
10 tomów rocznie.

Aby nie mieć kłopotu z kucharkami.

Zgryzoty ludzi z powodu służby, przedewszystkiem ludzi zmuszonych liczyć się z groszem, są zjawiskiem stałem, chronicznem, czyż więc nie należałoby poszukać jakiejś rady? Czy naprzykład „kuchnia wspólna“ nie byłaby wskazaną? Od dawna (zwłaszcza w Ameryce) myśl taka jest propagowana. Jeden z czytelników naszych pisze nam:

„Sprawę wyobrażam sobie, jak następuje: Właściciel domu przerabia jeden z lokali na kuchnię i spiżarnię. Ubikacye te wynajmuje jakaś osoba przedsiębiorcza i stołuje u siebie lokatorów danego domu. Jaka wygoda. Nie trzeba utrzymywać kucharki, co licząc jak najtaniej, wypadnie miesięcznie conajmniej 70—80 koron. W kamienicy dużej, trzypiętrowej, może się mieścić dziesięć partyj, to zaoszczędzimy dziesięć kucharek, czyli 700—800 kor. miesięcznie. Lekko licząc, przyjąć należy, że koszt wynajmu kuchni wynosi 20 koron miesięcznie, zatem za dziesięć kuchni zaoszczędziłoby się miesięcznie 200 koron. Również lekko licząc, przyjąć trzeba, że opał w tych kuchniach wyniesie w każdej minimalnie 60 hal. dziennie, czyli 18 kor. miesięcznie, a więc w dziesięciu kuchniach 180 kor. Dodajmy do tego światło, to otrzymamy znowu z 200 kor. Zatem 700 (utrzymanie kucharki) + 200 (czynsz za kuchnię) + 200 (opał i światło), czyni razem 1.200 kor. miesięcznie wydatku niepotrzebnego, który mogliby sobie lokatorowie kamienicy zaoszczędzić, gdyby w niej się znajdowała wspólna kucharka dla całej kamienicy. I oto wyraźnie wspólna: kucharka, a nie restauratorka, mająca kucharkę i żyjąca z jej pracy. Można byłoby ułożyć sobie taryfę potraw, każda z partyj dysponowałaby sobie dzień wprzódy, co chce mieć na obiad, a co na drugie śniadanie, lub kolacyę“.

Autor, czy autorka tego projektu tak rzecz w końcu argumentuje: „Był czas, gdy każdy szanujący się obywatel miał swój powóz, własne konie i własnego furmana. Cofnijmy się myślą o 100 lat wstecz, a zobaczymy, że każdy lekarz, adwokat, profesor, wyższy urzędnik, dygnitarz wszelki trzymał własną karetę. Dzisiaj wszyscy jeździmy tramwayem. Jeżeli więc można było wynaleść wspólną dla wszystkich drogę, to niezawodnie będzie można wynaleść wspólną kucharkę dla wszystkich pań jednego domu“.

* *
*

Projekt w zasadzie wydaje się łatwym do przeprowadzenia w praktyce jest jednak bardzo trudny. Nie łatwo o zgodę między 10 partyami. A powtóre: Trzebaby wprzód zmienić system budowy domów — i zastosować wszystkie urządzenia do celów wspólnej kuchni.

Okrucieństwo.

Pod takim tytułem zamieszcza jeden z tygodników berlińskich artykuł, którego autor pisze między innemi: „Stosunek obu płci staje się subtelniejszy w miarę, jak ludzie lepiej się rozumieją. Najlepszy mąż jeżeli tylko jest natury grubszej niż żona i nie rozumie jej dokładnie musi ją dręczyć na tysiące sposobów, nie wiedząc o tem. Przeciwnie też, najpoczciwsza żona ma tysiące sposobów zadręczania męża, jeśli tylko nie zechce zrozumieć jego odrębnej natury. Dlatego też pierwsze lata małżeńskie są często latami wojennemi, a powodem kłótni bywa często niezrozumienie. Małżonkowie wzajemnie drażnią sobie nerwy, a każdy uważa drażliwość drugiego za śmieszną zarozumiałość lub głupotę. Liczne okrucieństwa względem dziecka również wyjaśnić tylko można naszą wielką nieznajomością jego psychologii. Ludzie zadrżeliby, gdyby nagle pojęli, ile złego wyrządzają, przy całej miłości, własnym dzieciom, zwłaszcza w okresie rozwoju. Ponieważ nie przyznaliśmy dziecku żadnych praw, a nasze dzieciństwo zapominamy tak szybko, a cierpienia innych rozumiemy tylko wtedy, gdy objawiają się w zrozumiałej dla nas mowie, przeto nie wiemy, jaką krzywdę dzieciom wyrządzamy, zwłaszcza gdy jeszcze przemocą tłumimy jego okrzyki bólu. Gdyby zwierzęta mogły mówić, udręczenie ich ustałoby w znacznej części samo przez się. Zwierzęta nieme, jak ryby i robaki niewątpliwie najdłużej czekać będą, aby się z niemi po ludzku obchodzono“.

Praktyczne rady i wskazówki.

Jak odświeżyć plusz? Z odgnieconym pluszem trudno sobie poradzić domowymi środkami, spróbować można dwóch sposobów;

1. Trzymać plusz przez czas dłuższy nad parą z czystej wody.
2. Odpruć plusz od podszewki z lewej strony, zmoczyć wodą z amoniakiem i mokry prasować bardzo gorącem żelazkiem z lewej strony dwie osoby muszą trzymać plusz wyprostowany w powietrzu, a trzecia posuwać żelazko lekko i prędko po lewej stronie wyprężonego materyału.

Praktyczne recepty.

Sposób dezynfekowania pokoju, połączony z przyjemnym zapachem.

Do dużego, szklanego słoja ze szklanym korkiem włożyć kilka kawałków amoniaku, zalać czystym spirytusem i dodać lawendowego olejku, mniej lub więcej, stosownie do upodobania. Kilka razy dziennie wyjmować korek i trzymać słój otwarty, dla odświeżenia powietrza. Sposób nieoceniony, zwłaszcza przy chorych, kiedy nie można zadługo trzymać okien otwartych. W miarę ulatniania się spirytusu i olejku, dolewać świeżego. Jest to ta sama kombinacya, którą sprzedają pod nazwą „soli trzeźwiących“, a łatwo ją małym kosztem urządzić w domu.

Zaranie życia.

Bebe — to jakby małe zawiniątko, z którego wyziera bryłka miękkiego, czerwonego ciałka, na pierwsze wejrzenie odrażającego. Tak wygląda niemowlę w pierwszem zaraniu życia — to raczej bezkształtny zlepek gliny o kształtach nieokreślonych. Na główce nowonarodzonego włoski jedwabiste, jakby puszek najdelikatniejszy.

Bebe nie umie się śmiać ani myśleć. Od ośmiu dni jest na tym świecie, nic nie rozumie, niczego nie pragnie, prócz pokarmu matki. Gdy nie ssie, kwili lub śpi; w tem maleństwie objawia się najwyższa wrodzona skłonność— chęć do życia. Dla tych, co nad nią rozmyślają, pozostaje zawsze małą pyzatą istotką, spowitą w pieluchy pod osłoną muślinów, wstążek, leżącą nieruchomo w swej kolebce. Dla matki nie jest *Bebe* owym bezkształtnym zlepkiem, ale czemś droższem nadewszystko, najpiękniejszem, najlepszem, najsłodszem. Tak i teraz, gdy osłabiona, blada spoczywa, niedostrzeżony, niepojęty uśmiech szczęścia błąka się po schorowanem obliczu. W oczach jej drobna twarzyczka dzieciny ukochanej traci odrażającą, czerwoną barwę. Wszak *Bebe* stanie się piękną panną.

— Cóż czy nie widzicie — mówi do otaczających jej łoże — jak bardzo się zmieniła! jakie ma śliczne oczęta, a jakie rozumne?

Kwilenie i płacz piskliwy tego maleństwa dla obcych przykry; dla niej jest czarującym szczebiotem. Ona dostrzega w tym głosiku różne odcienia, które wyrażają głód, pragnienie snu, cierpienie. Z jakiem to łakomstwem biedactwo przytula twarzyczkę do różowej piersi matki. Ciepły, słodki pokarm płynie do ustek niemowlęcia i napełnia żołądeczek.

Mija kilkanaście tygodni *Bebe*, poznaje już swą matkę. Instynkt niejasny, który każe przytulać wargę do piersi żywicielki, rozjaśnia się coraz bardziej. Czuje już te ramiona, które ją garną do siebie; odpowiada uśmiechem na uśmiech i mimowoli tuli się do tej, która była dla niej w pierwszych dniach życia — wszystkiem. *Bebe* zaczyna później śmiać się do wszystkich; serdeczne bowiem ma usposobienie.

I tak: śmieje się do ojca, do psa wielkiego, który jej nóżki liże, do ciotki, brzydkiej, niemiłej osoby, o zębach, jak stare klawisze, o uśmiechu złośliwym.

Są to chwile, gdy śmiać się przestaje; postrach maluje się na jej maleńkiej buzi. Drży, oczęta łzami zachodzą. Cóż to ją takim strachem przejmuje?

To kąpiel. Instynktem zachowawczym broni się; rączęta czepia się wanienki. Czyżby ją utopić chciano? Jakkolwiek nic nie wie i nie rozumie, broni się, jest już silną, bardzo silną. Lecz czegóż to jeszcze to maleństwo nie znosi? — Gąbki, grzebienia i szczotki. Gąbka oślepia oczka, zatyka nosek, zmusza do szybkiego zamykania ustecek. Grzebień ma ostre zęby: sprawia ból przy czesaniu. Wreszcie szczotka drapie niemiłosiernie.

I tak mijają tygodnie i miesiące. Ból dotkliwy w dziąsełkach. Gorąco, ogień w ustach. Maleństwo biedne krzyczy, jęczy bo cierpi. Wszystek ten ból ustaje z ukazaniem się pierwszego ząbka. Czyż to znów nie radość dla matki, ojca, babki i wszystkich bliższych.

Znów upływają tygodnie i miesiące. *Bebe* rozpoznaje już dobrze otaczających ją; jej rączka wyciąga się ku nim, jej usteczka wołają: mama! papa! i lala! Ten ostatni wykrzyk wyraża radość na widok lampy kolorowej, psa białego, pajaca.

Wrażenia miłe i przykre wyraźnie uwydatniają się na malenkiej twarzyczce. Oczęta niedawno jeszcze bezbarwne, stają się niebieskie; nosek nabiera kształtu, rączęta coraz silniejsze, potrafią już nietylko tulić, ale też i niezadowolenie okazywać.

Pewnego dnia nastała wielka radość dla matki i ojca. Co za szczęście! Chodźcie i patrzcie wszyscy, wszyscy! Na nóżkach jakby z masła, opiera się *Bebe*, chwytając matkę za rękę, by nie upaść i chwiejąc się, zaczyna chodzić. Tak! Stawia jeden, dwa, trzy, cztery pierwsze kroki. Rozpoczyna drogę żywota o własnych siłach. Wtem — bęc! dziecina się zatoczyła i upadła; lecz nic to jej nie zaszkodziło. Powstań i idź dalej drogi skarbie!..

Paul et Victor Margueritte.

Przepisy kulinarne.

Zupa ogórkowa. Trzy kwaszone ogórki pokrajać w plasterki, obsypać mąką i smażyć na maśle. Gdy dobrze przesmażą się, zalać rosołem lub w razie postu smakiem z włoszczyzny, poczem gotować pół godziny. Następnie przecedzić wszystko i zaprawić kwaterką śmietany. Można do tej zupy ugotować uszka z mięsem jak do barszczu.

Sos ogórkowy do sztuki mięsa. Łyżkę mąki zasmażyć z łyżką masła, nie do zrumienienia, ale żeby zasmażka odstawała od garnuszka kamiennego, rozrobić ją rosołem lub rozpuszczonym bulionem, wlać dla smaku trochę kwasu z ogórków, dodać pokrajany w kostkę kwaszony ogórek. Sos ten, wraz z pokrajanymi w plasterki, ugotowanymi i przysmażonymi na maśle kartoflami, stanowi bardzo smaczny garnitur do sztuki mięsa.

Wątróbka cielęca duszona z jabłkami. Wymoczoną w wodzie a następnie w mleku wątróbkę, wyjąwszy żyły, naszpikować cienko pokrajaną słoniną — obrumienić na maśle w rondlu na jednej stronie przez 10 minut i na drugiej także 10 minut, trzeba to robić podług zegarka, bo przesmażona wątróbka stwardnieje i całą swą wartość straci, następnie obsypać ją suto mąką, dodać łyżkę masła do rondla i na gorącem obrumienić z mąką, podlać parę łyżek bulionu, włożyć na wierzch jedno kompotowe jabłko, obrane ze skórki i poszatkowane na makaron i dodusić wątróbkę przez 20 minut pod przykryciem, uważając, żeby się nie przypaliła, zmieszać łyżkę jabłka, — sos nabiera bardzo dobrego smaku kwaskowatego od jabłek.

Pączki wyborowe. Do 1 funta mąki wlać trzy luty drożdży. Gdy ciasto zacznie się podnosić wbić 8 żółtek, ubitych z 1/8 funtem cukru; następnie 1/4 funta sklarowanego masła i kieliszek araku, trochę wanilii. Ciasto mocno ubijać i całą godzinę wyrabiać, by pączki były lekkie i pulchne, zostawić je następnie, by podrosło. Po godzinie wyrzucić ciasto na stolnicę, wyrzynać szklanką małe placuszki; nałożyć na połowę placuszków konfitury; każdy placuszek z konfiturami zakryć suchym placuszkiem: brzegi ich wokoło dobrze przykleić i znów na sicie ułożyć. Wrzucić po kilka do gorącego smalcu stroną wyrośniętą, kładąc na spód i często potrząsając rondlem. Smaży się na wolnym ogniu, ale w gorącym smalcu. Gdy pączki zarumienione, kładzie się je na bibule, by tłustość z nich wsiąkła w nią, poczem osypuje się grubo cukrem.

Chrust czyli faworki. 1/2 litra mąki, 1 łyżkę masła, 2 kopiate łyżki cukru, 1 jajko, 1 łyżkę octu i gęstej kwaśnej śmietany tyle, aby ciasto się zarobiło, dobrze wygnieść i rozwałkować cienko. Potem pokrajać je w paski, a następnie podłużne ukośne kwadraty, które rozcinać kółkiem zębatem wzdłuż przez środek; jeden koniec ciasta przewlec przez rozcięcie i smarzyć faworki w rozpalonym smalcu na ładny złoty kolor. Obsączać dobrze z tłuszczu i układać na półmisku, posypując z wierzchu cukrem z wanilią. Gdy się je podaje na gorąco można podać do nich miód rozgrzany w sosyerce. Faworki są również dobre na zimno.

Obiady gospodarskie.

Dyspozycye na tydzień z uwzględnieniem pory roku.

Piątek 24 stycznia.

Zupa grzybowa. Jajka sadzone z puree z kartofli. Pierogi leniwe.

Sobota 25 stycznia.

Barszcz litewski. Befsztyki z ziemniakami przysmażanemi. Naleśniki z konfiturami.

Niedziela 26 stycznia.

Rosół z francuskiemi kluseczkami. Sztuka mięsa z sosem chrzanowym. Krem waniliowy.

Poniedziałek 27 stycznia.

Grochówka z grzankami. Wędzonka z kapustą. Sznycle cielęce. Kompot z jabłek.

Wtorek 28 stycznia.

Barszcz z uszkami. Pieczeń cielęca. Kompot ze śliwek. Budyń cytrynowy.

Środa 29 stycznia

Zupa rumiana. Pieczeń wołowa z makaronem. Galaretka pomarańczowa.

Czwartek 30 stycznia.

Rosół z kaszą krajaną w kostkę. Sztuka mięsa, sos ogórkowy. (*Przepis powyżej.*) Krem czekoladowy.

Ochrona zwroku dzieci.

Uwagi lekarza-okulisty.

Berliński okulista, dr. Ludwik Hirsch, zamieścił w jednem z pism popularnych apel do przełożonych szkół i nauczycieli, aby, o ile możności, ochraniali oczy uczniów. Dotychczas szkoła zwracała bardzo małą na to uwagę. Przy wykładzie gramatyki uczniowie muszą wzrok wytężać dla pisania zadań ku utrwaleniu w myśli tej lub owej reguły, gdy to samo da się osiągnąć ustnie, pamięciowo. Najniepotrzebniej również podczas tłumaczenia wszyscy uczniowie obowiązani są mieć książki przed oczyma: wystarczy, żeby ją miał — jeden, ten, który głośno przekłada. Należałoby już raz wziąć rozbrat z „wykuwaniem na pamięć“ różnych wierszy, które pamięci bynajmniej nie ćwiczą, a tylko psują oczy. Należałoby zmniejszyć godziny czytania i dyktanda, a także zmniejszyć — zadawane lekcye. Dzięki praktykowanym obecnie metodom pedagogicznym, jak stwierdza autor, 10 proc. uczniów szkół początkowych, zaś 30—50 proc. szkół średnich ma oczy słabe i wzrok krótki. Zwłaszcza dzieci krótkowidzów winny być otaczane specyalną opieką.

To wezwanie, choć w niektórych wywodach przesadne, winno jednak być wzięte pod uwagę przez pedagogów. I u nas jest bardzo dużo pod tym względem do zrobienia. Dlatego przytaczamy tę odezwę.

Ze świata.

Angielki w zimie. „Angielka jest jedyną kobietą, która posiada tajemnicę ładnego wyglądu nawet w mroźnem i ostrem powietrzu zimowem“ — oświadczył niedawno współpracownikowi londyńskiej „Daily Mail“ pewien zagraniczny dyplomata, który już zwiedził prawie świat cały i z tego powodu chyba ma prawo do takiej krytyki. W lecie — powiada — możesz Pan na ulicach stolic świata spotkać mnóstwo ładnych kobiet, lecz zimową porą daremnie je tam wyczekiwać. W Europie, jeśli kobieta w zimie ukaże się na wolnem powietrzu ma wygląd prawdziwie pożałowania godny; widok takiego stworzenia na pół przemarzniętego nie jest naprawdę zachęcający. A do niedawna i w Anglii nie było inaczej. Dzisiaj jednak Angielki nawet wśród największego mrozu i zawiei śnieżnej zachowują swą wesołość, jak w pogodne wieczory letnie. Przedpołudniem spacerują w parkach, popołudniu zaś „shopping“ w zgrabnym kostyumie zimowym, bez ciężkich futer, przeszkadzających wolnym ruchom, które zwykłe przywdziewać siostry ich z kontynentu, gdy chcą wyjść z domu.

W podobnym sensie wyraził się pewien znany londyński lekarz kobiecy, który oświadczył, że tylko ruch na świeżem powietrzu uczynił kobiety angielskie ładnemi i zdrowemi.

KĄCIK HUMORYSTYCZNY.

Kronika miłości karnawałowej.

Szła w kontredansie
Przy fidrygansie.
Już w kotylionie
Buzia jej płonie.
W polce trzęsionej
Słucha androny...
I ma już w walcu,
Pierścień na palcu
A w galopadzie...
Myśli o zdradzie.

Nie będzie przeszkadzał.

— Kup mi trąbkę tatusiu — prosi sześcioletni malec.

— Ależ, moje dziecko, będziesz mi w pracy przeszkadzał.

— Nie tatusiu, będę trąbił tylko wtedy kiedy tatuś zaśnie.

Hygiena oświetlenia.

Najważniejszą rzeczą przy ocenianiu dostateczności oświetlenia sztucznego jest **ilość** światła, koniecznego dla oświetlenia czy to pewnej płaszczyzny, czy też pomieszczenia, jak naprzykład szkoły, biura lub warsztatu. Jako minimum jasności oświetlenia w pokojach do pracy uważa się światło 10 świec normalnych dla każdego pracownika.

Wprawdzie oczy nasze dają sobie radę i przy małem oświetleniu, najlepsza jednak siła widzenia daje się osiągnąć tylko przy bardzo dobrem świetle.

Dla wykonania robót delikatnych, naprzykład rysunków, potrzebne jest światło odpowiadające 20 do 30 świec normalnych. Dla robót zaś grubszych dostateczna jest ilość światła, odpowiadająca 10 świecom.

Zanieczyszczają powietrze tylko te rodzaje sztucznego oświetlenia, które daje światło tylko dzięki procesowi spalania się; dlatego też przy świetle elektrycznem niema mowy o zanieczyszczaniu powietrza, co ma wielkie znaczenie, zwłaszcza tam, gdzie się zbiera znaczna ilość ludzi.

Kwas węglowy niema zbyt szkodliwego wpływu, bo ludzie znoszą dość łatwo znaczną ilość jego. Większe znaczenie ma para wodna, która tworzy się obficie przy niektórych rodzajach sztucznego oświetlenia, zwłaszcza przy gazowem oświetleniu, bardzo obfitem w wodór. Właściwe atoli zanieczyszczenie powodują *produkty niezupełnego spalania się węglowodorów lub kwasów tłuszczonych* (przy świecach i lampkach oliwnych etc.) i różne zanieczyszczenia ciał palących się.

Co się tyczy lampnaftowych, to te, jeżeli są zaopatrzone w należycie funkcyonujący i czysty palnik z cylindrem, nie przedstawiają żadnego niebezpieczeństwa pod względem zanieczyszczenia powietrza tlenkiem węgla lub niezupełnego spalania się węglowodorów. Tylko lampy naftowe zanieczyszczone, o płomieniu za dużym lub za małym, a także bez cylindra, zanieczyszczają powietrze.

Doświadczenie pokazało, że przy jednakowej sile oświetlenia danego miejsca najbardziej zanieczyszczają powietrze świece, najmniej zaś — dobrze oczyszczona nafta. Co się tyczy gazu to stopień zanieczyszczenia powietrza w oświetlanych nim izbach zależy od stopnia zanieczyszczenia gazu i od rodzaju palnika; palnik Auera jest najlepszy.

Acetylen daje znacznie mniej kwasu węglowego i wody, niż gaz spalony w palniku Auera. Acetylen jednak często zawiera szkodliwe domieszki gazu fosforowodorowego i organicznych połączeń siarki i arsenu. Fosforowodór powoduje niekiedy samozapalenie się gazu i niebezpieczne wybuchy.

Ważną rzeczą z punktu widzenia hygieny jest podnoszenie się temperatury w pomieszczeniach zamkniętych przy sztucznem ich oświetlaniu. Przy rozpatrywaniu w tym kierunku rozmaitych rodzajów oświetlenia koniecznem jest przedewszystkiem oznaczenie ilości ciepła, jakie one wytwarzają przy jednakowem natężeniu światła.

Otóż doświadczenie okazuje, że przy natężeniu światła równem 100 świecom na godzinę najmniej ciepła produkuje elektryczność: światło łukowe 26, żarowe 260 jednostek; najwięcej zaś stearyna 7.881 jednostek i łój 8.111 jednostek. Po elektryczności najmniej ciepła daje gaz spalony w palniku Auera. Wszystkie starania wynalazców są obrócone na to, aby otrzymać jak najwięcej światła, przy użyciu tej samej ilości materyału i przy najmniejszej ilości ciepła.

Co się tyczy promieniowania ciepła ze świecącego ciała, to przy jednakowem natężeniu światła najwięcej ciepła promieniuje ze świec, które jednocześnie wydzielają najwięcej gazów ogrzanych i pary wodnej.

(Dokończenie nastąpi).

Wydawca: Krakowskie Tow. wydawnicze. Odpowiedzialny i naczelny redaktor: Ludwik Szczepański. Drukiem Aleksandra Rippera w Krakowie.